Ballkontrolle 8 - Easy Erwärmung und das Feldzuspiel verbessern

Pos. I und V als Feldzuspiel, Positionen II und IV als Vorlage.

Pritschen von Pos II und IV zurück in die Feldmitte, Feldzuspiel diagonal ans Netz, alle Spieler laufen ihrem Ball nach (NLÜ), Mindestens 5 Spieler.

Erweiterung: Bei Positionswechsel Anfersen, Hoppsalauf o.ä.

Check: Eigentlich nix, außer Pritschtechnik

Video

Tags
Erwärmung, Feldzuspiel, NLÜ, Volleyballkompass

CSV Export

From:
https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/ - **Volleyball Trainer-Wiki**

Permanent link:
https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=05techanw:aafi180znlkfm&rev=1653215219

Last update: **2025/04/17 05:40**